


**Современные
здоровьесберегающие технологии
используемые в детском саду**

Воспитатели: Мадаева.О.В Алиева. Х.П.






Здоровьесберегающие технологии




целостная система воспитательно –
оздоровительных, коррекционных и
профилактических мер, которые осуществляются в
процессе взаимодействия



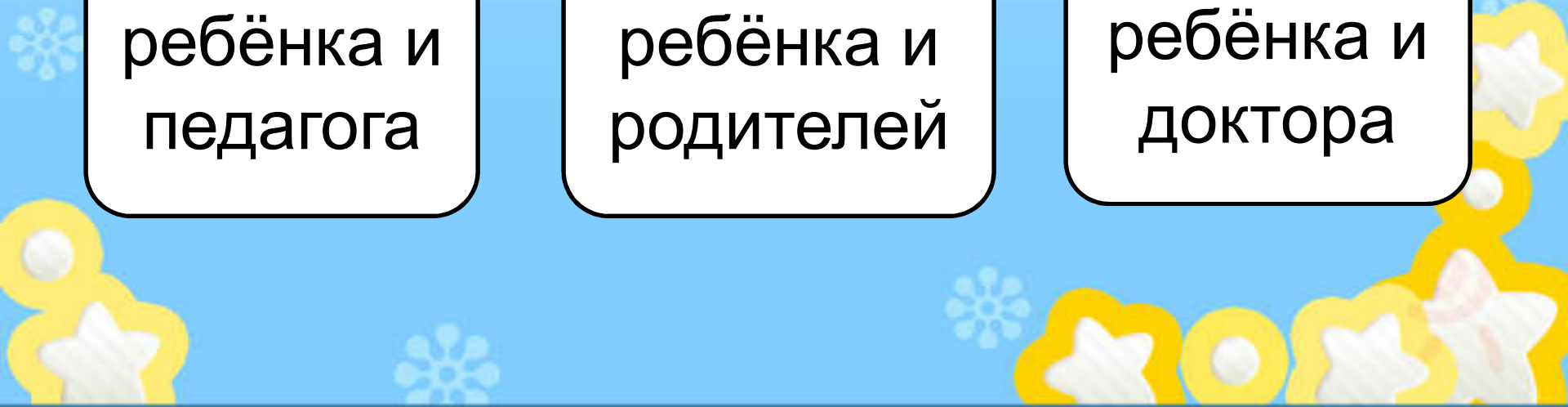
ребёнка и
педагога



ребёнка и
родителей



ребёнка и
доктора





Цель здоровьесберегающих образовательных технологий :

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья
- сформировать у него необходимые знания, умения и навыки ЗОЖ
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни



Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика после сна



Динамические паузы

Во время НОД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей





Подвижные и спортивные игры



Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней подвижности.





Релаксация

Используется классическая, спокойная музыка, звуки природы.

Тише, тише, тишина! Разговаривать
нельзя! Мы устали – надо спать.
Ляжем тихо на кровать. И тихонько
будем спать.



Будто мы лежим на травке...
На зелёной мягкой травке...
Греет солнышко сейчас,
Руки тёплые у нас.
Жарче солнышко пригрело
-И ногам тепло, и телу.
Дышится легко, вольно, глубоко



Пальчиковая гимнастика





Гимнастика для глаз

Ежедневно по 3-5 минут, в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.





Дыхательная гимнастика



Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.



Гимнастика после сна

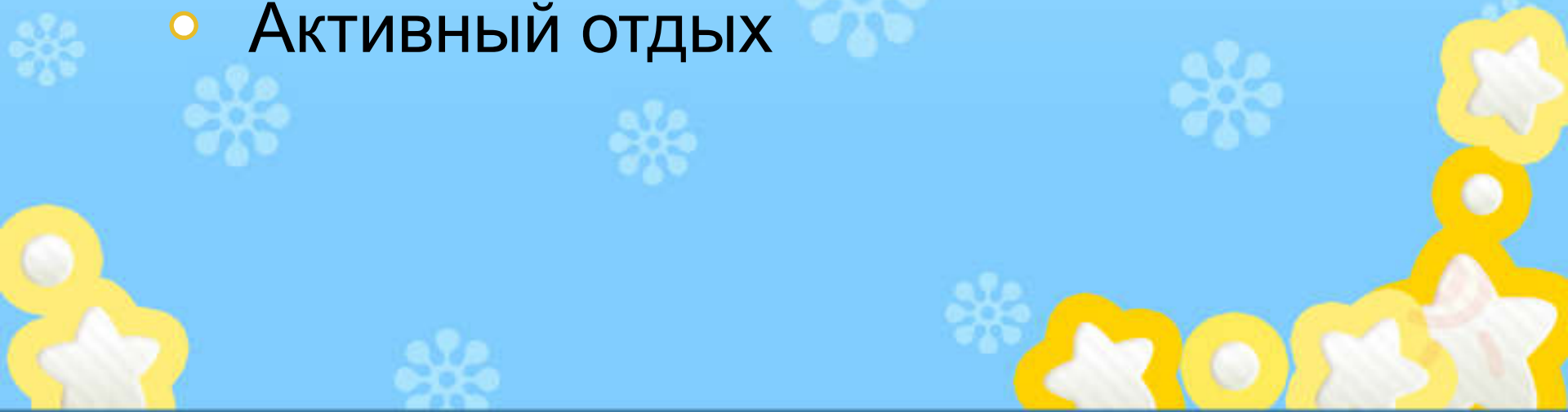
Проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин., в её комплекс входят: упражнения на кроватках на пробуждение, коррекция плоскостопия, воспитание правильной осанки.





Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- **Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию**
- Самомассаж
- **Активный отдых**





Утренняя гимнастика

Точно знаем : поутрам
Взрослым всем и малышам
Чтоб стать сильным и здоровым
Не болеть и быть весёлым,
Надо быстро просыпаться
И зарядкой заниматься.





Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию

Проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ





Самомассаж

Проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамических пауз





АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

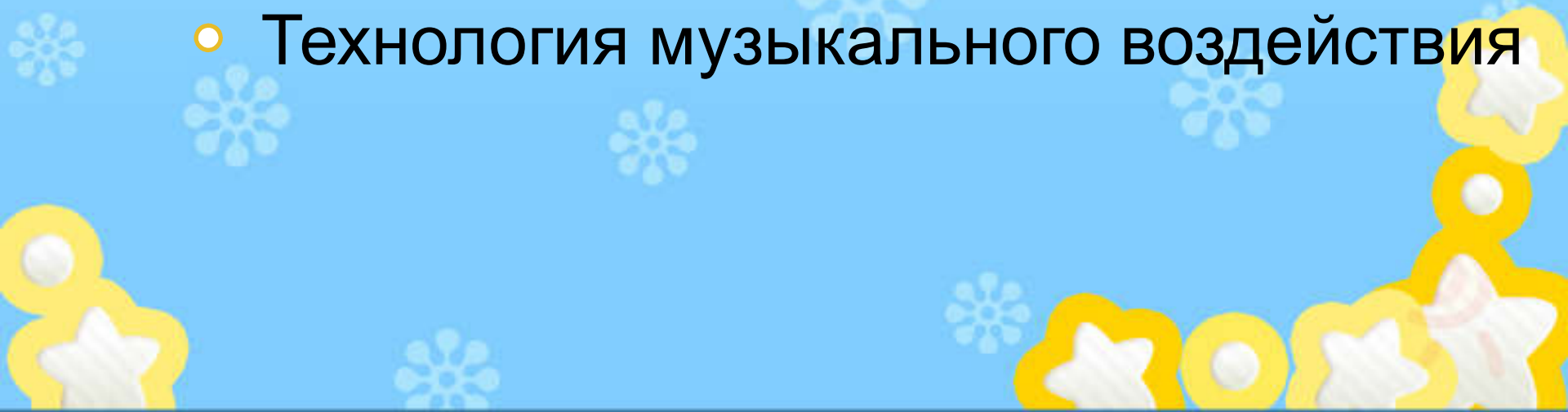
Физкультурные досуги и праздники, «Дни здоровья», музыкальные досуги





Коррекционные технологии

- Артикуляционная гимнастика
- Сказкотерапия
- Технология музыкального воздействия





Артикуляционная гимнастика



Упражнения для тренировки органов артикуляции(губ, языка, нижней челюсти), которые необходимы для правильного звукопроизношения.





Работа с родителями

Педагогические беседы, общие и групповые родительские собрания, консультации, выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов, совместное создание предметно развивающей среды.





! Быть здоровым - естественное желание каждого человека. Основы физического и психического здоровья закладываются в детском возрасте. Важно с дошкольного возраста формировать здоровый образ жизни. Надо учить ребенка любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. Мы надеемся, что сегодняшняя встреча не прошла даром, и вы многое взяли из неё.





**Спасибо
за
внимание!**

